

Triple P

Positive
Parenting
Program

A PROGRAM OF



triplep.first5scc.org



STRESS-BUSTERS FOR PARENTS & CAREGIVERS

FOR FAMILIES WITH CHILDREN OF ALL AGES

Thursday, May 14, 2026 • 6:00 – 7:30 pm

Scan to register

Attend this FREE parenting workshop to learn:

- Common causes of stress and how it affects parenting
- How to recognize signs of stress
- Positive and healthy ways to manage and reduce stress in your daily life

Presented IN ENGLISH on Zoom by Sandra Rodelo,
Community Bridges – La Manzanita Community Resources

Register to get the link to participate in this workshop
on Zoom: <https://bit.ly/Stress-May14>



To register: Contact Sandra Rodelo at (831) 724-2997 Ext. 211 or sandrar@cbridges.org

New to Zoom?
Visit Zoom's Help Center at
<https://support.zoom.us/hc/es>



To learn more about Triple P:
Phone: (831) 465 -2217
Email address: triplep@first5scc.org
Website: <http://triplep.first5scc.org>

Triple P

El programa
padres
positivos

UN PROGRAMA DE



triplep.first5scc.org



ARMAS CONTRA EL ESTRÉS PARA PADRES Y CUIDADORES

PARA FAMILIAS CON NIÑOS Y ADOLESCENTES

jueves, el 14 de mayo, 2026 • 6:00 – 7:30 pm

Asista a este taller GRATUITO de crianza para aprender:

- Las causas comunes del estrés y cómo el estrés afecta a la crianza
- Cómo reconocer las señales del estrés
- Formas positivas y saludables de manejar y reducir el estrés en su vida diaria

Presentado EN INGLÉS por Zoom por Sandra Rodelo, Puentes de la Comunidad – La Mazana Recursos Comunitarios

Inscríbese para conseguir la información para participar en este grupo gratis por Zoom: <https://bit.ly/Stress-May14>

Escanee para inscribirse



Para inscribirse:

Comuníquese con Sandra Rodelo al (831) 724-2997 Ext. 211 o sandrar@cbridges.org

¿No conoce Zoom?

Visite el Centro de Ayuda de Zoom al <https://support.zoom.us/hc/es>



Para conocer más sobre Triple P:

Teléfono: (831) 465-2217

Correo electrónico: triplep@first5scc.org

Sitio web: <http://triplep.first5scc.org>